



RĪGAS RITENBRAUKŠANAS SKOLA

Grīvas iela 28, Rīga, LV-1055,
Tālrunis 67473810, e-pasts: rsk@riga.lv

Rīgā

APSTIPRINĀTS
ar Rīgas Riteņbraukšanas skolas
direktora V.Poļakova
20.01.2021. rīkojumu Nr. SPSRI-21-5-rs

RĪGAS RITENBRAUKŠANAS SKOLAS IZGLĪTOJAMO DROŠĪBAS NOTEIKUMI PAR DROŠĪBU BMX, RITENBRAUKŠANAS TREIŅOS UN SACENSĪBĀS

20.01.2021

Nr. SPSRI-21-1-nts

Izdoti saskaņā ar Ministru kabineta 2009. gada
24. novembra noteikumiem Nr.1338. „Kārtība,
kādā nodrošināma izglītojamo drošība izglītības
iestādēs un to organizētajos pasākumos”

1. BMX UN RITENBRAUKŠANAS TREIŅI

- 1.1. Riteņbraukšanas treniņos un sacensībās izbraukt uz šosejas var izglītojamie ne jaunāki par 10 gadiem, kuri apguvuši ceļu satiksmes noteikumus un saņēmuši CSDD velosipēda vadītāja apliecību.
- 1.2. BMX treniņos un sacensībās piedalās izglītojamie no 6 gadiem speciāli izveidotās trasēs.
- 1.3. Velosipēdiem jābūt tehniskā kārtībā, dienas tumšajā laikā aprīkotam ar atstarotājiem.
- 1.4. Treniņos un sacensībās izglītojamiem jālieto speciālās riteņbraucēju ķiveres.
- 1.5. Jaunākās grupas izglītojamiem ieteicams lietot atstarojošās vestes.
- 1.6. Pirms katra treniņa vai sacensībām – iesildīties.
- 1.7. Treniņos un sacensībās izglītojamiem jāievēro disciplīnu, jāpilda sporta trenera komandas un norādījumus, apzināti netraucēt savus grupas biedrus un citus dalībniekus, nedrīkst novērst citu izglītojamo uzmanību no sporta trenera dotajiem uzdevumiem, iespēju robežās samazināt traumatisma risku sev un citiem.
- 1.8. Traumas gadījumā jāgriežas pēc palīdzības pie sporta trenera vai arī jāzvana neatliekamajai medicīniskajai palīdzībai, uzgriežot telefona numuru- 113.
- 1.9. Treniņu vai sacensību laikā nenēsāt (noņemt) gredzenus, aproces, pulksteņus, auskarus u.tml., nelietot sporta apģērbu ar metāla uzšuvumiem, piespraustām nozīmītēm u.c.
- 1.10. Sacensību vai treniņu laikā nekožļāt košļājamo gumiju.
- 1.11. Ja treniņa laikā pasliktinās pašsajūta, nodarbība tūlīt jāpārtrauc, informējot sporta treneri.
- 1.12. Par izglītojama ceļu satiksmes noteikumu pārkāpumiem, kā arī citiem drošības pārkāpumiem atbild pats izglītojamais, izglītojama treneris, kā arī RRS.

- 1.13. Grupu treniņos uz ceļiem izglītojamiem atļauts braukt kolonnā pa diviem, neiebraucot pretējā braukšanas joslā, bet uz ceļiem ar vairāk kā divām joslām, braukt labajā malējā joslā.
- 1.14. Grupu treniņos uz ceļiem drīkst piedalīties tikai sporta trenera pavadībā. Trenerim jābūt ar pavadošo transportu, kuram ieslēgta mirgojoša dzeltena vai oranža bākuguns, avārijas gaismas signalizācija, kura aprīkota ar skaņas iekārtu, un kurš brauc kolonas priekšā vai aizmugurē attiecīgajā braukšanas joslā.
- 1.15. Pilsētā pa ielām atļauts braukt kolonnā pa divi un ne tālāk kā vienu metru no brauktuves labās malas.
- 1.16. Kategoriski aizliegts vadīt treniņus kopā ar dažāda vecuma izglītojamo grupām.
- 1.17. Izglītojamajiem piedaloties treniņā vai sacensībās, obligāti jābūt spēkā esošai nelaimes gadījumu atdrošināšanas polisei.

2. SACENSĪBAS

- 2.1. Grupas braucienos starta vietās dalībnieku atrašanās uz brauktuves jābūt pēc iespējas īslaicīgākai, neradot satiksmes kustības drošībai bīstamus apstākļus. Startā uz brauktuves atrodas tikai tie dalībnieki, kuri uzsāk sacensības (startē). Pēc finiša dalībniekiem pēc iespējas ātrāk jāatbrīvo brauktuve.
- 2.2. Individuālajos braucienos sacensību dalībnieks nedrīkst iebrukt pretējā braukšanas joslā (šķērsot ass līniju).
- 2.3. Piedaloties sacensībās, dalībniekiem ir jāievēro valsts likumdošana.

Ar drošības noteikumiem par drošību BMX, ritenbraukšanas treniņos un sacensībās RRS sporta treneris iepazīstina izglītojamos katru gadu septembrī un pirms katrām sacensībām.